

Introduction

Ce programme est la première action menée par Plongeurs du Monde en France, plus particulièrement dans le département des Hauts-de-Seine (92) en région Parisienne.

Le projet, en étroite collaboration avec l'Académie de Versailles, la Cité Educative de Gennevilliers, la ville de Gennevilliers et les services sociaux locaux, était la prise en charge de 6 jeunes, volontaires, en difficulté sociale et/ou familiale afin de leur permettre de retrouver estime de soi, confiance envers les autres et confiance en soi.

Ce programme a débuté par un premier baptême de plongée dans la piscine de Gennevilliers le dimanche 10 avril 2022.



L'accueil des élèves

Ce baptême du 10 avril a permis de faire plus ample connaissance avec nos 6 élèves, tous âgés de 16 à 17 ans, en classe de 1^{ère} ou de Terminale au lycée Galilée de Gennevilliers.

Nous avons accueilli tout d'abord 4 filles et 2 garçons : Maelle, Manel, Niouma, Yasmine, Mathieu et Evan.

Au cours des premières semaines de formations, deux jeunes filles (Maelle et Manel) n'ont pas souhaité poursuivre leur formation et ont donc finalement abandonné le programme. Ces places libérées par les jeunes filles ont été réattribuées à deux jeunes garçons : Loris et Amine.



Maelle



Manel



Niouma



Yasmine



Mathieu



Evan



Loris



Amine

Les baptêmes, ainsi que toutes les formations en piscine, ont eu lieu dans la piscine de Gennevilliers sur des horaires spécialement aménagés et organisés par la direction et l'organisation de la ville.

Le matériel nécessaire aux formations (palmes, maques, gilets, détendeurs et bouteilles), nous ont généreusement été prêtés par le Club de Plongée de Gennevilliers (CPG).



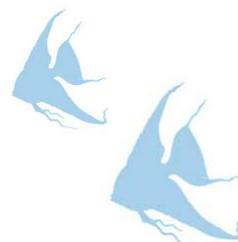
La formation

La pratique en piscine

Les premières séances de formation ont eu lieu en piscine à partir du mois d'avril à raison d'un dimanche par mois environ, soit 5 séances organisées (avec une pause pendant les vacances scolaires).

Ces séances ont permis de pratiquer les premiers gestes élémentaires de la pratique de la plongée en toute sécurité pour l'ensemble des élèves. L'organisation était prévue pour avoir un moniteur par élève afin de pouvoir les conforter dans leur pratique et permettre un accompagnement personnalisé suivant les facilités ou difficultés de chacun.

La dernière séance de piscine a eu lieu le 16 octobre.



La théorie au lycée

Les compétences pratiques s'accompagnent de connaissances théoriques afin de mieux comprendre l'activité, appréhender les phénomènes physiques et physiologiques, et ainsi la pratiquer en toute sécurité.

Les séances ont été faites dans l'enceinte du lycée Galilée

Nous avons organisé 5 séances de théorie sur les sujets nécessaires à la préparation d'un Niveau 1 de plongée : Réglementation, matériel, déroulement d'une plongée, physique, physiologie et prévention des accidents, environnement marin.

Un examen des connaissances théoriques a été fait lors du stage de fin de formation à Niolon.

Alain Foret a généreusement fourni les ouvrages de formation auprès de nos 6 élèves.



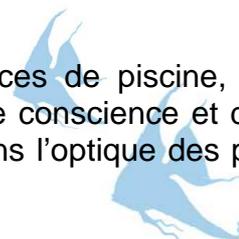
Les séances en fosse

Afin de pouvoir appréhender l'accès à la profondeur de manière progressive, nous avons organisé deux séances en fosse, à la fosse de UCPA de Villeneuve-la-Garenne. L'accès nous a été facilité car notre action a été intégrée dans le programme Vacances Sport du département et des créneaux nous ont été réservés pendant les vacances scolaires.

La dernière fosse s'est tenue le 24 octobre, juste quelques jours avant la sortie en mer à Niolon.

Sophrologie

Des séances de sophrologie ont été organisées en parallèle des séances de piscine, séances réalisées par Mme SYED. Ces séances ont permis aux jeunes de prendre conscience et de mieux appréhender leur respiration ainsi que contrôler leurs émotions, le tout dans l'optique des pratiques des exercices de plongée à venir.



Le stage de fin de formation

Le stage de fin de formation s'est déroulé du 28 au 31 octobre, dans le centre UCPA de Niolon. Nous avons donné rendez-vous à nos élèves et encadrants le jeudi 27 octobre à la Gare de Lyon à Paris afin de faire le voyage vers ce centre de plongée renommé.

Le centre UCPA de Niolon s'est révélé parfait pour l'accueil de notre stage, le centre étant organisé en une enceinte 'privée' située dans un petit village, disposant de chambres de 2 à 4 personnes. Les moniteurs et les élèves, les filles et les garçons disposaient donc de chambres séparées mais à proximité les uns des autres.

Le matériel pour les élèves a été loué directement sur place auprès du centre de plongée.

Les premières plongées en milieu naturel ont eu lieu du bord afin de faire connaissance avec ce nouveau milieu marin, le nouvel équipement mis à disposition et l'organisation du centre.

Puis, les plongées suivantes ont été faites avec un départ en bateau dans les sites voisins du centre. Pour certains jeunes élèves, c'était la deuxième fois qu'ils voyaient la mer, et surtout la première qu'ils prenaient un bateau... autant dire qu'il y avait des appréhensions bien au-delà de la pratique de la plongée, mais tout s'est parfaitement déroulé.

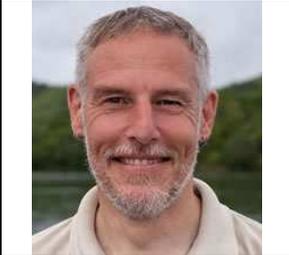
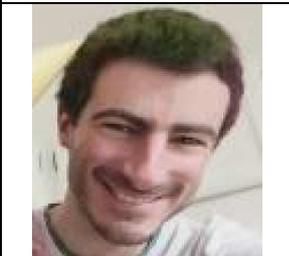
Une séance de révision de théorie a été faite le vendredi soir, moment pour répondre à toutes les questions encore présentes et préparer l'examen qui a été fait le samedi en fin d'après-midi.

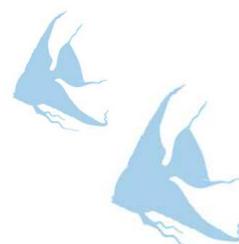


L'équipe de Plongeurs du Monde

Que ce soit en piscine, en fosse ou lors de la sortie à Niolon, ce n'est pas moins de 15 encadrants au total, qui ont participé à la formation de ces jeunes.

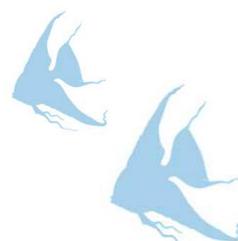
Dans cette équipe, 13 encadrants étaient déjà moniteurs de Plongeurs du Monde, et nous avons pu terminer la formation Divemaster de 2 encadrants supplémentaires, Sophie et Samuel.

				
<i>Pascal</i>	<i>Hervé</i>	<i>Jérôme</i>	<i>Eric</i>	<i>Daniel</i>
				
<i>François</i>	<i>Philippe</i>	<i>Agnès</i>	<i>Sophie</i>	<i>Béatrice</i>
				
<i>Moos</i>	<i>Patricia</i>	<i>Philippe</i>	<i>Nathalie</i>	<i>Samuel</i>



Certification

Les objectifs de la mission ont été atteints, les 6 élèves en formation ont obtenu leur Certification plongeur Niveau 1.



Remerciements

Nous tenons à remercier :

- **La Cité Educative de Gennevilliers** et particulièrement son chef de projet Benjamin Duluc pour la mise en place et la réalisation de ce programme
- **Le département des Hauts-de-Seine** pour la facilité d'accès au programme Vacan'Sport et la réalisation de ce programme
- **La ville de Gennevilliers et ses services sociaux**, notamment Mme Le Lirzin
- **Le Lycée Galilée de Gennevilliers** et particulièrement Mme Matar et Mme Dieye et l'ensemble des services administratifs
- **Le Club de Plongée de Gennevilliers**, Eric, Jeff et Patrick pour la mise à disposition de son matériel et l'aide apportée au bord du bassin
- Madame Syed pour les aides en séances de sophrologie
- **La fosse UCPA de Villeneuve-La-Garenne**
- **Le centre UCPA de Niolon**

Et l'ensemble des membres de Plongeurs du Monde ayant participé à ce programme :
Pascal SAUNIER, Béatrice LONJARET, Hervé LONJARET, Philippe PAILHAS, Philippe CASTILLO, Sophie GORREC, Daniel LANCIEN, Mustapha BESSEDIK, Eric JONCQUEL, François RUDA, Agnès FADIE, Patricia HIVERT, Nathalie DE LA TOUR, Samuel ABRIC, Jérôme ZUBIALDE.

